

Государственное общеобразовательное казенное учреждение Иркутской области

«Специальная (коррекционная) школа-интернат

для обучающихся с нарушениями зрения № 8 г. Иркутска

Согласовано:

зам. директора по УР

\_\_\_\_\_ А.А. Осокина

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024г.

Утверждаю:

Директор ГОКУ «Школа-интернат №8»

\_\_\_\_\_ И.Г. Макаренко

Приказ № \_251\_\_\_\_\_  
«\_30\_»\_\_08\_\_\_\_\_2024г.

Рассмотрено на заседании

методического совета

ГОКУ «Школа-интернат №8»

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024г.

Руководитель МСШ

\_\_\_\_\_ Т.М. Матвеева

**Программа внеурочной деятельности  
по спортивно-оздоровительному направлению  
«Уроки здоровья»**

Составил: Мондохорова Татьяна Яковлевна,  
учитель

Класс: 4 «б», 4 «б» дополнительный

Срок реализации: 1 год

Подпись педагога \_\_\_\_\_

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности «Уроки здоровья» для 4, 4 дополнительного класса составлена с учётом:

1. Требований федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, приказ №1598 от 19.12.2014г.
2. Учебного плана ГОКУ «Школа-интернат №8» на 2024-2025 учебный год.
3. Положения о рабочей программе ГОКУ «Школа-интернат №8» на 2024-2025 учебный год.

Программа «Уроки здоровья» реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности в 4 классе в соответствии с Федеральным государственным стандартом начального общего образования второго поколения.

**Актуальность** выбранного направления и тематики внеурочной деятельности

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения. Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Это подчеркивает необходимость формирования у обучающихся мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности. Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Путешествие по тропе здоровья» нацелена на формирование у обучающихся ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, на расширение знаний и навыков обучающихся по гигиенической культуре, на формирование умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, на использование их в целях досуга, отдыха.

Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

**Цель и задачи обучения**, воспитания и развития детей по спортивно-оздоровительному направлению внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Путешествие по тропе здоровья» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в образовательном учреждении. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников, в основу, которой положены культурологический и личностноориентированный подходы.

**Цель программы:**

формирование установки на ведение здорового образа жизни и обучение способам и приёмам сохранения и укрепления собственного здоровья; приобщение к занятиям подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности.

**Задачи:**

- сформировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать у детей мотивационную сферу гигиенического поведения, физического воспитания;
- обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- обеспечить двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции.

**Особенности реализации программы внеурочной деятельности:**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Уроки здоровья» предназначена для обучающихся 3 класса.

Именно принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиНа, т. е. в 3 классе по 40 минут.

Занятия проводятся в учебном кабинете, в спортзале, детской площадке и школьном стадионе. Курс может вести как классный руководитель, так и любой другой учитель начальных классов.

Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника.

Формы проведения занятия и виды деятельности	Тематика
Игры	«Пожарная команда» «Я б в спасатели пошел» «Остров здоровья»
Беседы	Режиму дня – мы друзья. Полезные и вредные продукты. Гигиена правильной осанки. Мой внешний вид –залог здоровья. Как питались в стародавние времена и питание нашего времени Мода и школьные будни Как защититься от простуды и гриппа
тесты и анкетирование	«Правильно ли вы питаетесь?» «Что мы знаем о здоровье» «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни»

	«Умеете ли вы вести здоровый образ жизни»
круглые столы	«Как сохранять и укреплять свое здоровье»
просмотр тематических видеофильмов	«Режим дня школьника» «Профилактика простудных заболеваний» «Человек» «Близорукость»
экскурсии	«Природа – источник здоровья» «У природы нет плохой погоды»
дни здоровья, спортивные мероприятия	«Дальше, быстрее, выше» «Хочу остаться здоровым» «За здоровый образ жизни»
конкурсы рисунков, плакатов, мини-сочинений, выпуск газет, листовок	«В здоровом теле здоровый дух» «Моё настроение» «Вредные и полезные растения». Выставка рисунков «Какие чувства вызвала музыка» «Продукты для здоровья» «Мы за здоровый образ жизни» «Нет курению!» Выпуск плакатов «Продукты для здоровья»
решение ситуационных задач	Культура питания. Этикет. Лесная аптека на службе человека. Вредные привычки.

Подобная реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Путешествие по тропе здоровья» соответствует возрастным особенностям обучающихся, способствует формированию личной культуры здоровья обучающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

#### **Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

### **1. Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы**

В процессе реализации программы внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Путешествие по тропе здоровья» обучающиеся должны **знать:**

- правила гигиены повседневного быта;
- особенности физического развития младшего школьника;
- влияние неправильной осанки и плоскостопия на здоровье;
- показатели самоконтроля за состоянием своего здоровья;
- правила предупреждения простудных заболеваний;
- основные правила закаливания организма;
- что такое близорукость и как она влияет на здоровье человека;
- основы рационального питания;
- способы воспитания двигательных способностей;
- основные виды движения;
- виды подвижных игр;
- правила игры;
- основы лыжной подготовки;
- малые формы двигательной активности<sup>4</sup>

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека.

**уметь:**

- применять на практике приобретённые знания о правилах ведения здорового образа жизни;
- составлять индивидуальные планы и программы по улучшению своего здоровья;
- вести дневник самоконтроля;
- делать точечный массаж;
- самостоятельно выполнять профилактические и общеукрепляющие комплексы физических упражнений;
- играть в подвижные игры, соблюдая правила;
- самостоятельно совершать лыжные прогулки;
- применять полученные навыки в самостоятельных и групповых занятиях.

## **2. Требования к УУД, которые должны сформировать обучающиеся в процессе реализации программы**

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

### **Личностные результаты.**

У обучающихся будут сформированы следующие умения:

- Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.
- Вести безопасный, здоровый образ жизни.

**Метапредметными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Путешествие по тропе здоровья» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

### **1. Регулятивные УУД:**

- Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.
- Проговаривать последовательность действий на уроке.
- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

## 2. Познавательные УУД:

- Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

## 3. Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- Слушать и понимать речь других.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

### **Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:**

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

## **Содержание программы**

### Раздел I

Формирование представлений о физическом развитии и здоровом образе жизни

Тема 1. Гигиена повседневного быта.

(2 часа: теоретические занятия-1 час, практические занятия-1 час)

Теория: Режим дня. Значение соблюдения режима дня.

Практика: Составление и запись своего режима дня.

Тема 2. Физическое развитие.

(2 часа: теоретические занятия-1 час, практические занятия-1 час)

Теория: Физическое развитие младшего школьника. Рост и вес, как показатели физического развития. Тест «Правильно ли Вы питаетесь?»

Практика: Измерение своего роста и веса. Ростомер. Медицинские весы.

Тема 3. Формирование правильной осанки.

(2 часа: теоретические занятия-1 час, практические занятия-1 час)

Теория: Осанка при стоянии, ходьбе, сидении. Зависимость осанки от изгибов позвоночника и развития мышц туловища.

Практика: Разучивание упражнений, способствующих формированию правильной осанки.

Тема 4. Основы самоконтроля.

(1 час: теоретические занятия-1 час)

Теория: Настроение – показатель, отражающий психическое состояние человека. Мир эмоций и чувств. Прослушивание музыкальных композиций : Бетховена, Шопена, Штрауса, Глинки и т.д. Выставка рисунков: «Какие чувства вызвала музыка». Желание заниматься.

Тема 5. Средства и методы сохранения здоровья.

(2 часа: теоретические занятия-1 час, практические занятия-1 час)

Теория: Как мы дышим? Органы дыхания. Правильно поставленное дыхание. Темп дыхания.

Практика: Проверка темпа дыхания. Тренировка дыхания через систему физических упражнений.

(2 часа: теоретические занятия-1 час, практические занятия-1 час)

Теория: Глаза – главные помощники человека.

Практика: Снимаем утомление глаз. Зрительные физкультурные минутки.

### Раздел I I

(8 часов: теоретические занятия-4 часа, практические занятий-4 часа)

#### Воспитание двигательных способностей

Характеристика и развитие основных двигательных способностей человека

Тема 1. Что такое двигательные способности?

(2 часа: теоретические занятия-1 час, практические занятия-1 час)

Теория: Двигательные качества человека: гибкость, ловкость, быстрота, сила и выносливость. Проявление физических качеств в живой и в неживой природе.

Практика: Проверяем свои двигательные способности.

### Раздел III

Формирование жизненно важных двигательных умений и навыков

Основные движения. Прикладные умения и навыки человека.

Тема 1. Прикладные умения и навыки

(8 часов: теоретические занятия-3 часа, практические занятия-5 часов)

Теория: Основа лыжной подготовки. Лыжи и лыжные палки. Одежда и обувь для лыжной подготовки. Равновесие. Значение умения держать равновесие в жизни. Виды спорта.

Классификация видов спорта.

Практика: Лазанье по лестнице. Лазанье по гимнастической стенке. Лазанье с опорой на ноги и хватом рук. Лазанье приставными шагами по гимнастической стенке. Лазанье одноимённым и разноимённым способами. Отработка всех видов и способов лазанья в игре «Я б в спасатели пошёл».

Скользкий шаг на лыжах с лыжными палками и без палок.

Упражнения в равновесии.

Тема 2. Основные виды движения

(10 часов: теоретические занятия-1 часов, практические занятия-9 час)

Теория: Движение и двигательные действия.

Практика: Обычная и быстрая ходьба. Спортивная ходьба. Ходьба на носках и пятках.

Игры на свежем воздухе. Ходьба в полуприсяде и присяде. Игры «Лягушки на болоте», «Непослушные гусята». Ходьба скрестным шагом. Игра «Шитьё волшебной ниткой».

Игры на свежем воздухе. Гимнастическая ходьба и ходьба высоко поднимая колени. Игра «Цапля на болоте». Ходьба приставным шагом. Фигурная ходьба. Весёлые старты.

### Раздел IV

Воспитание навыков самостоятельных и групповых занятий

Методика и проведение динамических пауз, физкультурных минуток, занимательных переменок.

Тема 1. Методика проведения малых форм двигательной активности.

(2 часа: теоретические занятия-1 час, практические занятия-1 час)

Теория: Малые формы двигательной активности. Место малых форм двигательной активности в режиме дня. Влияние малых форм двигательной активности на здоровье человека.

Практика: Тест «Что мы знаем о здоровье». Спортивный праздник «Хочу стать здоровым».

### Список литературы:

Литература для учителя:

1. Баранцев С.А. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. - М. : Просвещение, 1988
2. Безруких М. М. , Филиппова Т.А, Макеева А.Г Разговор о правильном питании / Методическое пособие.- М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2004. – 80 с.
3. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 1990.
4. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 1995
5. Глязер С., Зимние игры и развлечения. – М., 1993.
6. Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование. М., Просвещение, 2010.
7. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя /Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М. : Просвещение, 2010.
8. Ковалько В.И. Школа физкультминуток.- М., ВАКО, 2005.
9. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1–4-е классы.
10. Коростелев Н. Б. Воспитание здорового школьника: Пособие для учителя / Под ред. В.Н. Кардашенко.- М.: Просвещение, 1986.- 176 с.
11. Коротков М.И. Подвижные игры детей. М.: Сов. Россия, 1987.
12. Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов СССР. - М.: Просвещение, 1988.
13. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
14. Степанов П.В., Сизяев С.В., Сафронов Т.С. Программы внеурочной деятельности. Спортивно-оздоровительная деятельность. - М., Просвещение, 2011.
15. ФГОС Планируемые результаты начального общего образования. – «Просвещение», Москва. 2009.
16. ФГОС Примерные программы начального образования. – «Просвещение», Москва, 2009.

Литература для обучающихся:

1. Алексин Н.В.. Что такое. Кто такой.- М.: Педагогика - Пресс, 1992.год.
2. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 1990.



## **Приложение.**

Тестовый материал

Тест «Правильно ли Вы питаетесь?»

1. Как часто в течение дня Вы питаетесь?

- а) Три раза в день.
- б) Два раза.
- в) Один раз.

2. Всегда ли Вы завтракаете?

- а) Всегда.
- б) Не всегда.
- в) Никогда.

3. Из чего состоит Ваш завтрак?

- а) Каша и чай.
- б) Мясное блюдо и чай.
- в) Чай.

4. Часто ли Вы перекусываете между завтраком и обедом, обедом ужином?

- а) Никогда.
- б) Один-два раза в день.
- в) Три раза и более.

5. Как часто Вы едите овощи, фрукты, салаты?

- а) Три раза в день.
- б) Один-два раза в день.
- в) Два-три раза в неделю.

6. Как часто Вы едите жареную пищу?

- а) Один раз в неделю.
- б) Три-четыре раза в неделю.
- в) Каждый день.

7. Как часто Вы едите выпечку?

- а) Один раз в неделю.
- б) Три-четыре раза в неделю.
- в) Каждый день.

8. Что Вы намазываете на хлеб?

- а) Маргарин.

б) Масло с маргарином.

в) Только масло.

9. Сколько раз в неделю Вы едите рыбу?

а) Три-четыре раза.

б) Один-два раза.

в) Один раз и реже.

10. Как часто Вы едите хлебобулочные изделия?

а) Менее трёх раз в неделю.

б) От 3 до 6 раз в неделю.

в) За каждой едой.

11. Сколько чашек чая или кофе выпиваете за день?

а) Одну-две.

б) От трёх до пяти.

в) Шесть и более.

12. Прежде чем приступить к употреблению в пищу мясного блюда, с мяса нужно:

а) убрать весь жир;

б) убрать часть жира;

в) оставить весь жир.

Ключ:

а - 2 балла, б -1 балл, в - 0 баллов.

Подсчитайте сумму баллов. Если Вы набрали:

0-13 баллов - будьте внимательны, есть опасность для здоровья;

14 -17 баллов - надо улучшить питание;

18 - 24 балла - отличный режим и качество питания

Предмет «Уроки здоровья» относится к внеурочной деятельности. На обучение в 4 классе выделяется 1 час в неделю, 34 часа в год.

**Календарно-тематическое планирование внеурочной деятельности  
по спортивно-оздоровительному направлению 3 класс**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол -во час.	Виды занятий		Сроки	
			теорети -ческие	практи -ческие	План.	Факт.
1	Режим дня школьника	1	1		02.09.- 06.09.	
2	Составление индивидуального режима дня	1		1	09.09.- 13.09.	
3	Рост и вес – главные показатели физического развития	1	1		16.09- 20.09	
4	Измерение своего роста и веса	1		1	23.09- 27.09	
5	Осанка – стройная спина!	1	1		30.09.- 04.10.	
6	Будем улучшать осанку	1		1	07.10- 11.10	
7	Настроение и желание заниматься	1	1		14.10- 18.10	
8	Как мы дышим	1	1		21.10- 25.10	
9	Тренируем дыхание	1		1	05.11- 08.11	
10	Глаза – главные помощники человека	1	1		11.11- 15.11	
11	Снимаем утомление глаз	1		1	18.11- 22.11	
12	Двигательные способности людей	1	1		25.11.- 29.11.	
13	Проверяем свои двигательные способности	1		1	02.12.- 06.12.	
14	Лазанье по лестнице и гимнастической стенке	1		1	09.12.- 13.12.	
15	Игротека «Я б в спасатели пошёл»	1		1	16.12.- 20.12.	
16	Все на лыжи!	1	1		23.12.- 27.12.	

17	Скользкий шаг без палок	1		1	09.01-10.01	
18	Скользкий шаг с лыжными палками	1		1	13.01-17.01	
19	Равновесие.	1	1		20.01-24.01	
20	Упражнение в равновесии	1		1	27.01.-31.01.	
21	Виды спорта.	1	1		03.02-07.02	
22	Движение и двигательные действия	1	1		10.02-14.02	
23	Обычная и быстрая ходьба. Спортивная ходьба.	1		1	17.02-21.02	
24	Ходьба на носках и пятках. Игры на свежем воздухе.	1		1	24.02.-28.02.	
25	Ходьба в полуприсяде и присяде. Игры «Лягушки на болоте», «Непослушные гусята».	1		1	03.03-07.03	
26	Ходьба скрестным шагом. Игра «Шитьё волшебной ниткой»	1		1	10.03-14.03	
27	Игры на свежем воздухе.	1		1	17.03-21.03	
28	Гимнастическая ходьба и ходьба высоко поднимая колени. Игра «Цапля на болоте»	1		1	31.03.-04.04.	
29	Ходьба приставным шагом.	1		1	07.04-11.04	
30	Фигурная ходьба.	1		1	14.04-18.04	
31	Весёлые старты	1		1	21.04-25.04	
32	Малые формы двигательной активности	1	1	1	28.04.-30.04.	
33	Спортивный праздник «Хочу стать здоровым»	2		2	12.05.-16.05. 19.05.-23.05.	
	Итого:	34	12	22		

Предмет «Уроки здоровья» относится к внеурочной деятельности. На обучение в 4 дополнительном классе выделяется 1 час в неделю, 34 часа в год.

**Календарно-тематическое планирование внеурочной деятельности  
по спортивно-оздоровительному направлению 3 класс**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во час.	Сроки	
			План.	Факт.
1	Чего не надо бояться	1	02.09.-06.09.	
2	Добрим быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным	1	09.09.-13.09.	
3	Почему мы говорим не правду	1	16.09-20.09	
4	Почему мы не слушаемся родителей?	1	23.09-27.09	
5	Надо уметь сдерживать себя	1	30.09.-04.10.	
6	Не грызи ногти, не ковыряй в носу	1	07.10-11.10	
7	Как относиться к подаркам	1	14.10-18.10	
8	Как следует относиться к наказаниям	1	21.10-25.10	
9	Как нужно одеваться	1	05.11-08.11	
10	Как вести себя с незнакомыми людьми	1	11.11-15.11	
11	Как вести себя, когда что-то болит	1	18.11-22.11	
12	Как вести себя за столом	1	25.11.-29.11.	
13	Как вести себя в гостях	1	02.12.-06.12.	
14	Как вести себя в общественных местах	1	09.12.-13.12.	
15	«Нехорошие слова». Недобрые шутки	1	16.12.-20.12.	
16	Что делать, если не хочется в школу	1	23.12.-27.12.	
17	Чем заняться после школы	1	09.01-10.01	
18	Как выбрать друзей	1	13.01-17.01	
19	Как помочь родителям	1	20.01-24.01	
20	Как помочь больным и беспомощным	1	27.01.-31.01.	
21	Повторение	1	03.02-07.02	
22	Чего не надо бояться	1	10.02-14.02	

23	Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным	1	17.02-21.02	
24	Почему мы говорим не правду	1	24.02.-28.02.	
25	Почему мы не слушаемся родителей?	1	03.03-07.03	
26	Надо уметь сдерживать себя	1	10.03-14.03	
27	Не грызи ногти, не ковыряй в носу	1	17.03-21.03	
28	Как относиться к подаркам	1	31.03.-04.04.	
29	Как следует относиться к наказаниям	1	07.04-11.04	
30	Как нужно одеваться	1	14.04-18.04	
31	Как вести себя с незнакомыми людьми	1	21.04-25.04	
32	Как вести себя, когда что-то болит	1	28.04.-30.04.	
33	Как вести себя за столом. Подведение итогов.	2	12.05.-16.05. 19.05.-23.05.	
	Итого:	34		